Schamanenstube Blatt



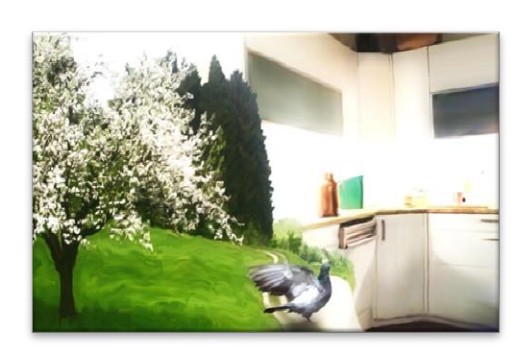
08.05.2017 Schweizer Schamanismus Zeitung CXXXVII der Schamanenstube – Aktuelle Publikationen der Schamanenschule und Therapie-Praxis



Sich an etwas erinnern zu müssen, ist manchmal nicht möglich

Gefühlslehre: Ordnung und Systeme

In der *Gefühlslehre* der Schamanismus Therapie sind unsere Gedanken immer in Systemen unterwegs. Die Vorstellungskraft lässt uns im Kopf Dinge erschaffen und in bestehenden Ordnungen Lösungen finden. Es gibt zum Beispiel das System Küche, über welches wir nachdenken können. Vielleicht haben wir das Bedürfnis nach einem Kaffee und denken kurz darüber nach, dass der Kaffeerahm ausgeht. Danach planen wir einen kleinen Ausflug. Wenn wir also in der Küche sind und den Kaffee machen, ist es gut möglich, dass wir schon über den Ausflug nachdenken.



Das Denksystem Waldweg kann bedeutend stärker als das "echte" System Küche sein. Man vergisst vermutlich, dass man keinen Kaffeerahm mehr hat und kocht sich gedankenverloren seinen Kaffee. Dieser wird schwarz bleiben. Was ist geschehen? Der Waldspaziergang war viel gegenwärtiger, als die Küche selbst. Es fehlt die Brieftaube zwischen den Welten, zwischen den Systemen.

Man kann sagen, man ist fähig, sich tief auf Systeme einzulassen und dort gedanklich zu verweilen. Das könnte man Träumer und Träumerin nennen. Prinzipiell ist das etwas Gutes. Aber reicht das?

Der Weg vom Träumen zur Wirklichkeit

Die eigentliche Kunst dürfte es sein, tief in Systemen zu versinken und dabei die Fähigkeit haben, schnell zwischen Systemen zu wechseln. Das nennt man von aussen betrachtet Intelligenz (zwischen den Dingen lesen / abwägen). Die einfache Antwort, warum uns das weniger gelingt, ist die Faulheit. Es ist für unser Gehirn sehr anstrengend, die Basis des Denkens zu wechseln. Es ist lernbar. Indem man sich selbst gut kennt, sich selbst wahrnimmt und reflektiert, entrückt man einen Teil der Denkwolke in eine Art Superposition. Diese ermöglicht es einem, schneller zwischen Systemen zu wechseln und sie gleichermassen zu geniessen. Die Schlussfolgerung könnte also lauten: wer sich klarer wahrnimmt, vergisst weniger.

Erinnerungsanker

Wenn man sich merken will, was man in der Küche tun will, wenn man denn später dort ist, müsste man diesen Erinnerungsanker nicht nur am Ort Küche festmachen, sondern auch an den Gedanken, die man dort haben wird. Hier kommt das Problem hoch: wie soll man wissen, was man denken wird? Das bewirkt etwas: man muss sich stark mit sich selbst befassen, sich ausdenken, was einem beschäftigen wird. Das ist eine Form der Selbstreflexion. So beginnt es. Kennt man sich gut genug, um einschätzen zu können, in welchem Gedankensystem man unterwegs sein wird? Pfiffige könnten sich das Kaffeeverbotsschild in viele mögliche Gedankensysteme pflanzen, um mit möglichst grosser Streuung die Chance zu erhöhen, dass man sich erinnern wird. Eine weitere Methode könnte es sein, auf emotionaler Ebene zu arbeiten. Kaffee löst in Ihnen vielleicht ein Gefühl aus. Dieses kann an den Geruch von Kaffee gebunden sein. Hier hinein lässt sich gut die Erinnerung pflanzen.

Schamanenschule

Die Schamanenstube ist ein geselliger Ort, an welchem das Leben bodenständig geehrt wird. Nach und nach erleben Sie eigene neue Sichtweisen auf den Alltag und beginnen vielleicht mit eigenen kleinen Veränderungen. Sie integrieren Ihre Lebenserfahrung als Mensch und erweitern sie um schamanisches Gedankengut. Nehmen Sie teil und schauen Sie zu, was passiert.

Der Prozess beginnt mit dem Lernen des schamanischen Reisens:

» Kurs schamanisches Reisen



Können Sie schamanisch reisen?

Schamanismus Blog

Der *Blog* der Schamanenstube liefert tiefe Einblicke für Mehr-Leser.



Kartenmalerei

Rund um den Orakelsee tut sich etwas: digital malen wir neue Orakelkarten. Das macht uns derzeit unglaublich Spass. Wir werden über die neue Art der Malerei berichten.



Die Halle der Runen-Karte

Runen und Schamanen: eine ganz neue Sichtweise

Zeitungsarchiv

Alle Ausgaben der Schamanismus Zeitung können gratis heruntergeladen werden:

- Therapie
- Praxis
- Gefühle
- Wahrnehmungen

Das Schamanenstuben Blatt

Die Schamanismus Zeitung

An- und Abmeldungen bitte per Mail an info@schamanenstube.com mitteilen. Die E-Mail Adressen werden nur für den Newsletter verwendet und nicht weiter gegeben.

Impressum

Schamanenstube
Bachtobelstrasse 6
9534 Gähwil, Schweiz
078 769 35 83
info@schamanenstube.com